اختبار اضطرابات الشخصية

د. محمد حسن غانم
أ.د.عادل دمرداش
د. مجدي محمد زينة

التعليمات:

فيما يلي مجموعة من العبارات. أمام كل عبارة كلمة "نعم"-"لا". الرجاء قراءة كل عبارة جيداً، وتحديد إجابتك بوضع علامة (✓) أمام الإجابة التي تنطبق عليك في الغالب.

- من فضلك لا تترك أي عبارة بدون إجابة.
- لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

م	نص العبارة	نعم	لا
١	لابد أن أكون يقظاً حتى لا أتعرض للإيذاء من الآخرين.		
٢	أتشكك في ولاء الأصدقاء.		
٣	كثيراً ما أفهم المعاني الخفية فيما يقوله الناس أو يفعلونه.		
٤	ليس من السهولة أن أغفر لمن أساءوا إليّ.		
٥	لا أفضي بأسراري للآخرين حتى لا تستغل ضدي.		
٦	من الأفضل ألا يعرف الآخرون معلومات عني.		
٧	إذا أهانني شخص أغضب بسرعة وأرد الإهانة.		
٨	لابد أن أكون منتبهاً حتى لا أستغل من قبل الآخرين.		
٩	كثيراً ما أتشكك في أن الآخرين يتحدثون عني.		
١٠	أرتب أشيائي بطريقة تحمل معنى خاصاً بي.		
١١	تحدث الأشياء بمجرد أن أفكر فيها.		
١٢	كثيراً ما أرى وجهي يتغير في المرآة.		
١٣	أشعر بالانزعاج في المواقف التي يوجد فيها أشخاص لا أعرفهم.		
١٤	نادراً ما اظهر انفعالاتي للآخرين.		
١٥	الآخرون يدركون مشاعري بدون أن أفصح عنها.		
١٦	أستطيع الاتصال بالغير عن طريق الأفكار أو الحاسة السادسة.		
١٧	لا أحب أن أوثق علاقاتي بالآخرين.		
١٨	لا أشعر بالانتماء إلى أي شيء.		
١٩	لا أستمتع بأي علاقة اجتماعية مع الآخرين.		
٢٠	لا اشعر بالمتعة من ممارسة أي نشاط.		
٢١	ليس لدي أصدقاء مقربون.		
٢٢	لا أهتم بمدح الآخرين لي.		
٢٣	أبدو أمام الآخرين بارداً انفعالياً.		
٢٤	لا أهتم بذم الآخرين لي.		
٢٥	نادراً ما أخطط للمستقبل.		
٢٦	أفشل في الوفاء بالتزاماتي المالية.		
٢٧	دائماً ما أجد المبررات لسلوكي العنيف تجاه الغير.		
٢٨	لا مانع من أن أكذب حتى أحقق منفعة شخصية لي.		
٢٩	كثيراً ما أتشاجر مع الآخرين.		
٣٠	أجد صعوبة في الالتزام بالقوانين.		

٣١	نادراً ما اشعر بالندم.		
٣٢	أواجه فشلاً مستمراً في العمل.		
٣٣	أنا متقلب المزاج.		
٣٤	حين أغضب افقد السيطرة على نفسي.		
٣٥	أشعر بالملل والفراغ.		
٣٦	أشعر بالفزع لمجرد أن شخصاً يهمني على وشك أن يفارقني.		
٣٧	كثيراً ما أندفع للقيام بأعمال معينة.		
٣٨	علاقاتي الشخصية بالآخرين متقلبة.		
٣٩	كثيراً ما أهدد بأن أؤذي نفسي.		
٤٠	تختلف شخصيتي من موقف إلى آخر.		
٤١	لا أشعر بالارتياح إن لم أكن موضع اهتمام الآخرين.		
٤٢	انفعالاتي سطحية ومتقلبة.		
٤٣	أحب الحديث في العموميات دون الدخول في التفاصيل.		
٤٤	كثيراً ما ألجأ إلى التهويل حين أتحدث عن نفسي.		
٤٥	أحرص دائما أن يكون مظهري ملفتاً للأنظار.		
٤٦	كثيراً ما أتأثر بآراء وأفكار الآخرين.		
٤٧	أبالغ في التعبير عن انفعالاتي.		
٤٨	لا أطيق الانتظار لكي احصل على ما أريد.		
٤٩	أنا حساس جداً لآراء الآخرين فيّ.		
٥٠	أحياناً ألجأ إلى نفاق الآخرين حتى أحصل على ما أريد.		
٥١	أعتقد أن الآخرين يغرون مني.		
٥٢	لا أختلط إلا بالشخصيات المعروفة والمهمة.		
٥٣	كثيراً ما أحسد غيري على مواهبه.		
٥٤	أبالغ في وصف إنجازاتي ومواهبي.		
٥٥	أتوقع دوماً أن ألقى معاملة خاصة من الآخرين.		
٥٦	دائماً ما أنشغل بأحلام النجاح الذي لا يعرف حدوداً.		
٥٧	انشغل دوماً بالتفاصيل الصغيرة عند مناقشة أي موضوع.		
٥٨	أسعى إلى الكمال في كل أعمالي.		
٥٩	لا أهتم بممارسة الأنشطة الاجتماعية أو الهوايات.		
٦٠	لا أتهاون في أي أمر يتعلق بالأخلاق.		
٦١	أجد صعوبة في التخلص من "الكراكيب" أو الأشياء عديمة القيمة.		
٦٢	من الصعب أن أجعل شخصاً آخر يقوم بعملي.		
٦٣	من المهم أن تدخر نقوداً تحسباً لتقلبات المستقبل.		
٦٤	لا أنشغل إلا بتجويد عملي.		
٦٥	أي نقد أو عدم استحسان لي يؤدي إلى جرح مشاعري.		
٦٦	ليس لدي أشخاص حميمين أئتمنهم على اسراري.		
٦٧	إذا تأكدت أن الآخرين سيحبونني أقيم معهم علاقة.		
٦٨	أتجنب أي أنشطة اجتماعية تتطلب الاحتكاك بالآخرين.		
٦٩	لا أقبل الأعمال أو المهام التي يتم التعامل من خلالها مع الجمهور.		
٧٠	أخشى أن يلاحظ الآخرون انفعالاتي.		
٧١	قد أبالغ في الأخطار التي ستواجهني في عملي مستقبلاً.		
٧٢	متحفظ في علاقاتي مع الآخرين.		

٧٣	أجد صعوبة في اتخاذ القرارات الآخرين.		
٧٤	ألجأ إلى أخذ المشورة والنصيحة من الآخرين.		
٧٥	كثيراً ما اعتمد على الآخرين في تصريف بعض أموري الشخصية.		
٧٦	لا أجاهر الآخرين بالاختلاف معهم خشية من إثارة غضبهم.		
٧٧	أشعر بالعجز عندما أكون وحيداً.		
٧٨	أبحث دوماً عن علاقة وثيقة مع شخص آخر يساندني.		
٧٩	أجد صعوبة في المبادأة بعمل أفعل جديد بمفردي.		
٨٠	أنشغل دوماً بأن يهجرني من وثقت به.		
٨١	كثيراً ما أتلكأ في إنجاز الأعمال في الوقت الذي يطلبه الآخرون.		
٨٢	أتعمد البطء في العمل إذا كنت في قرارة نفسي لا أريد القيام به.		
٨٣	نادراً ما أحترم رؤسائي (أو أي رمز للسلطة).		
٨٤	أؤدي أعمالي بصورة أفضل مما يعتقده الآخرون.		
٨٥	لا أقبل الاقتراحات التي يقدمها لي الآخرون لتحسين أدائي.		
٨٦	كثيراً ما أدعي النسيان لعدم قيامي بأعمال معينة.		
٨٧	أجادل عندما يطلب مني شيء لا أريد فعله.		
٨٨	أنا دائم الامتعاض والسخط.		
٨٩	أشعر بالحزن والتعاسة لدرجة لا تحتمل.		
٩٠	أشعر باليأس وفقدان الأمل من المستقبل.		
٩١	أشعر بأني تافه وسيء للغاية.		
٩٢	شهيتي للطعام سيئة.		
٩٣	استيقظ مرهقاً في الصباح.		
٩٤	تراودني أفكار للتخلص من نفسي.		
٩٥	أشعر بأن شيئاً سيحدث لي.		
٩٦	فقدت اهتمامي بالآخرين.		
٩٧	معظم الأشخاص الذين وثقت بهم قد تخلوا عني.		
٩٨	كثيراً ما أضع نفسي في مواقف تؤدي إلى استغلالي.		
٩٩	أرفض أن يساعدني الآخرون حتى لا أضايقهم.		
١٠٠	لا افرح حتى لو أحرزت نجاحاً.		
١٠١	كثيراً ما أقول –أو أفعل أشياء- تجعل الآخرين غاضبين مني.		
١٠٢	أشعر بالملل من الأشخاص الذين يتوددون إليّ.		
١٠٣	أضحي بنفسي من أجل الآخرين حتى إن لم يطلبوا مني ذلك.		
١٠٤	كثيراً ما فشلت في إنجاز الأهداف الشخصية التي حددتها لنفسي.		
١٠٥	استمتع بمشاهدة معاناة الآخرين الجسمية والنفسية.		
١٠٦	أحب مشاهدة الرياضة العنيفة (المصارعة –الملاكمة).		
١٠٧	أميل إلى إيذاء الشخص حتى أضمن السيطرة عليه.		
١٠٨	دائماً ما يكون عقابي للشخص المخطئ أمام الآخرين.		
١٠٩	أجبر الآخرين على تنفيذ أوامري ولو بالقوة.		
١١٠	كثيراً ما أقوم بتحقير شأن الآخرين.		
١١١	لا أهتم بمشاعر الآخرين.		
١١٢	أقسو في عقابي لأي شخص أنا مسئول عنه (طفل- زوجة- طالب).		
١١٣	لا أتضايق حين يقوم الآخرون بتوجيه عدوانهم إليّ.		
١١٤	لا أهتم بالأشخاص الذين يسخرون مني.		

١١٥	لا أعترض على الأشخاص الذين يعطلون مصالحي.		
١١٦	"ضرب الحبيب مِثل أكل الزبيب".		
١١٧	أتحمل عذاب وهجر الشخص الذي أحبه.		
١١٨	لا أتضايق حين يأمرني الآخرون بتنفيذ مطالبهم.		
١١٩	(كن مظلوماً ولا تكن ظالماً).		
١٢٠	لا أتضايق حين أكون "الضحية".		



معايير التصحيح:

- تعطى "نعم" درجة، و "لا" صفر.
- إذا كانت درجة الفرد مساوية أو أكبر من الدرجة المفترضة للتشخيص، يشخص الفرد في هذه الفئة.

م	نوع اضطراب الشخصية	المحكات المفروضة للتشخيص	أرقام العبارات من
١	الشخصية البارانويدية	٤	١-٨
٢	الشخصية الفصامية النوعي	٤	٩-١٦
٢	الشخصية شبه الفصامية	٥	١٧-٢٤
٤	الشخصية المضادة للمجتمع	٣	٢٥-٣٢
٥	الشخصية البينية	٥	٣٣-٤٠
٦	الشخصية الهستيرية	٥	٤١-٤٨
٧	الشخصية النرجسية	٥	٤٩-٥٦
٨	الشخصية الوسواسية القهرية	٤	٥٧-٦٤
٩	الشخصية المتجنبة	٤	٦٥-٧٢
١٠	الشخصية المعتمدة على غيرها	٤	٧٣-٨٠
١١	الشخصية السلبية العدوانية	٤	٨١-٨٨
١٢	الشخصية المكتئبة	٥	٨٩-٩٦
١٣	الشخصية الهازمة للذات	٥	٩٧-١٠٤
١٤	الشخصية السادية	٤	١٠٥-١١٢
١٥	الشخصية المازوخية	٤	١١٣-١٢٠

تنبيه: تم تلوين أرقام الأسئلة بحسب كل فئة ، فالأرقام من ١ على ٨ باللون الأحمر، بالتالي تدرج أسئلتها ضمن فئة الشخصية البارانويدية....وهكذا.